

INVENTARIO DE APTITUDES PARA LA VIDA
HERRAMIENTA DE EVALUACIÓN DE APTITUDES PARA UNA VIDA INDEPENDIENTE
LIFE SKILLS INVENTORY
INDEPENDENT LIVING SKILLS ASSESSMENT TOOL

INSTRUCCIONES

Para poder completar con exactitud la evaluación de Vida Independiente (IL) , por favor haga participar al/a la joven, al trabajador social de la Administración Servicios para Niños, al padre/madre suplente o pariente proveedor de cuidados, y a cualesquiera otras personas que estén familiarizadas con las aptitudes del/de la joven.

- El puntaje debe ser basado en el nivel más bajo de complemento.

El nivel de realización para cada joven que efectúa esta evaluación es el nivel más bajo en el que resuelven satisfactoriamente el número requerido de preguntas. El/la joven podría ser altamente competente en algunas áreas, pero tiene un conocimiento básico limitado en otras. Es importante para el éxito a largo plazo tener conocimiento básico en cada área, y el desarrollo de un plan debe concentrarse en llenar vacíos en los conocimientos del/de la joven.

- Para completar la Categoría O

Es importante para todas los jóvenes tener un conocimiento básico de las opciones para evitar el embarazo. El objetivo no es que todos los jóvenes alcancen un nivel "Excepcional" en esta categoría, a menos que el/la joven se encuentre a sí mismo en un papel de padre/madre en un futuro inmediato. Los temas de abuso y negligencia no son evaluados de manera específica, pero ser competentes en un nivel "intermedio" habrá de ayudar a los jóvenes a evitar denuncias a CPS.

- Plazos de tiempo para completarlas

Todos los jóvenes debieran ser evaluados entre la edad de 15 a 16 años. Una vez que haya completado la evaluación de un(a) joven en lo referente a Vida Independiente (IL), no necesita repetir dicha evaluación. Toda información posterior estará basada en las metas del/de la joven, y el nivel de sus aptitudes se verá señalado por el progreso logrado en la obtención de dichas metas. Si el/la joven sigue con la misma meta, el nivel de sus aptitudes no cambia.

PORTADA

NOMBRE DEL/DE LA JOVEN:	IDENTIFICACIÓN DE PERSONA CAMIS:	FECHA DE NACIMIENTO:
-------------------------	----------------------------------	----------------------

PERSONAS QUE PARTICIPAN EN LA EVALUACIÓN DE APTITUDES DE VIDA INDEPENDIENTE Y FECHAS DE EVALUACIÓN	FECHA

CATEGORÍA	FECHA EN QUE SE LOGRÓ LA APTITUD			
	BÁSICA	INTERMEDIA	AVANZADA	EXCELENTE
A	Administración de dinero/Conciencia como consumidor			
B	Administración de Alimentos			
C	Aspecto personal e higiene			
D	Salud			
E	Quehaceres domésticos			
F	Vivienda			
G	Transporte			
H	Planificación educacional			
I	Aptitudes para buscar empleo			
J	Aptitudes para conservar un empleo			
K	Aptitudes para emergencias y de seguridad			
L	Conocimiento de recursos comunitarios			
M	Aptitudes interpersonales			
N	Aptitudes jurídicas			
O	Prevención del embarazo/Paternidad/Maternidad y cuidado de niños			

Categoría A: Administración de dinero y conciencia como consumidor**Básica – Debe saber 3 de 5 para avanzar al siguiente nivel de logros:**

- Sabe el valor de las monedas y billetes.
- Puede efectuar una transacción en una tienda de la localidad y puede contar el cambio.
- Entiende la diferencia entre "lujos" y "necesidades" en alimentos, transporte, ropa, vivienda.
- Entiende la diferencia entre "precio en oferta" y "precio normal".
- Puede identificar una manera de ahorrar dinero en sus compras.

Intermedia – Debe saber 4 de 6 para avanzar al siguiente nivel de logros:

- Puede abrir una cuenta de cheques o de ahorro.
- Puede girar un cheque/hacer retiros y hacer depósitos.
- Puede registrar transacciones bancarias (ya sean cheques o ahorros).
- Puede presupuestar su asignación para que dure una semana. (Demuestra algún entendimiento del concepto de ahorro).
- Entiende la diferencia entre "sueldo bruto" y "sueldo neto".
- Puede usar una calculadora para sumar, restar, dividir y multiplicar.

Avanzada – Debe saber 4 de 6 para avanzar al siguiente nivel de logros:

- Puede, con ayuda, elaborar un presupuesto mensual que cubra los gastos normales propios de una vida independiente.
- Muestra cierta "resistencia a la venta" a los anuncios de "algo por nada" y planes de crédito de un "bajo pago semanal."
- Puede leer los informes mensuales de cuentas bancarias, comparar saldos, hacer ajustes según sea necesario (deducir cargos por servicios, cargos por cheques, hacer ajustes por diferencias en el saldo).
- Puede comprar comparativamente usando información sobre precios por unidad.
- Entiende la responsabilidad que implica llenar los formularios de impuestos. Conoce la información que se requiere para declarar impuestos y sabe a dónde acudir para obtener ayuda a la hora de declarar impuestos.
- Sabe cómo recortar y usar cupones.

Excepcional – Debe saber cuando menos 3 para ser clasificado como excepcional:

- Presupuesta para emergencias no anticipadas, facturas de temporada, etc.
- Entiende las compras a crédito, préstamos, interés y sanciones por pagos retrasados.
- Entiende las deducciones de la nómina, impuestos, FICA, seguro.
- Puede llenar un formulario de impuestos abreviada.
- Puede balancear su chequera.
- Tiene un programa regular de ahorro.

Categoría B – Administración de alimentos**Básica – Debe saber cuando menos 3 de 4:**

- Se lava las manos antes de comer y de preparar los alimentos.
- Puede ordenar alimentos en una cafetería o en un restaurante de comida rápida.
- Puede describir una pirámide alimenticia y alimentos que contribuyen a un estado de vida saludable.
- Sabe el nombre de los utensilios de cocina y sabe usarlos.

Intermedia – Debe poder hacer 5 de 8:

- Puede ordenar una comida del menú en un restaurante.
- Puede preparar un desayuno para una persona.
- Puede preparar almuerzo/merienda para una persona.
- Puede preparar una cena para una persona.
- Puede elaborar una lista de compra de comestibles.
- Puede usar utensilios de cocina eficazmente y con seguridad (cuchillos, rallador, abrelatas, pelador de papas, batidora de huevos, etc.).
- Puede usar electrodomésticos eficazmente y con seguridad.
- Puede usar modales aceptables en la mesa.

Avanzada – Debe saber 5 de 7:

- Guarda artículos perecederos bajo refrigeración.
- Reconoce las señales cuando los alimentos se echan a perder.
- Puede seguir las instrucciones para preparar alimentos enlatados o congelados.
- Puede planear un menú semanal de comidas nutritivas.
- Puede comprar para el menú de una semana y mantenerse dentro del presupuesto de alimentos.
- Puede poner la mesa adecuadamente.
- Puede llevar a cabo un viaje de compras de comestibles (seleccionar los artículos en la lista de compras y pagar al cajero).

Excepcional – Debe saber cuando menos 3:

- Prepara recetas de un libro de recetas.
- Puede ajustar recetas para alimentar más o menos personas de las que indica la receta.
- Entiende cómo usar las fechas en los paquetes de alimentos para evitar que se echen a perder. (ver la siguiente página)

Categoría B: Administración de alimentos (continuación)
Excepcional – Debe saber cuando menos 3: (continuación)
<input type="checkbox"/> Prepara y come una dieta balanceada. <input type="checkbox"/> Entiende y puede usar precios unitarios para comprar comparativamente.
Categoría C: Aspecto personal e higiene
Básica – Debe poder hacer 4 de 4:
<input type="checkbox"/> Puede vestirse a sí mismo (incluyendo ropa interior, calcetines, y amarrarse los zapatos) en una manera que sea razonablemente aceptable. <input type="checkbox"/> Puede bañarse por sí mismo. <input type="checkbox"/> Sabe cómo usar el jabón, champú, desodorante, crema para afeitar, otros productos personales comunes apropiados a su sexo. <input type="checkbox"/> Se lava los dientes con regularidad.
Intermedia – Debe poder hacer 3 de 3:
<input type="checkbox"/> Se ducha o se baña con regularidad. <input type="checkbox"/> Mantiene su cabello aseado y ordenado. <input type="checkbox"/> Se viste con ropa razonablemente limpia.
Avanzada – Debe poder hacer 4 de 6:
<input type="checkbox"/> Puede leer las etiquetas de la ropa y determinar cuáles deben ir a la tintorería, cuáles se lavan a mano y cuáles se lavan a máquina. <input type="checkbox"/> Puede seleccionar y lavar la ropa a máquina en una lavandería automática usando las apropiadas temperaturas, cantidades de jabón, blanqueadores, etc. <input type="checkbox"/> Puede secar la ropa en una secadora usando temperaturas y tiempos apropiados. <input type="checkbox"/> Sabe el costo del cuidado especial del cabello y uñas (por ejemplo, permanentes, trenzas, manicura, etc.) y presupuestar dinero para ello. <input type="checkbox"/> Puede planchar ropa. <input type="checkbox"/> Puede pegar botones y hacer reparaciones menores a la ropa.
Excepcional – Debe saber cuando menos 2:
<input type="checkbox"/> Puede lavar artículos a mano siguiendo las instrucciones en la etiqueta. <input type="checkbox"/> Sabe cuál es la ropa apropiada para la mayoría de las ocasiones. <input type="checkbox"/> Sabe aproximadamente el costo de la tintorería y puede valerse de tal servicio.
Categoría D: Salud
Básica – Debe saber 5 de 6:
<input type="checkbox"/> Puede abrir un envase a prueba de niños. <input type="checkbox"/> Sabe que no debe tomar los medicamentos de otra persona. <input type="checkbox"/> Sabe que las drogas, las bebidas alcohólicas y el tabaco pueden ser dañinos para su salud. <input type="checkbox"/> Conoce las partes del cuerpo y el funcionamiento sexual. <input type="checkbox"/> Sabe cómo ocurre el embarazo. <input type="checkbox"/> Sabe cómo y dónde obtener cuidados de salud de emergencia.
Intermedia – Debe saber 3 de 4:
<input type="checkbox"/> Puede reconocer y describir los síntomas de resfriados, influenza y otros problemas de salud comunes. <input type="checkbox"/> Sabe qué hacer en caso de una cortadura menor, una quemadura menor, una astilla. <input type="checkbox"/> Entiende los riesgos del embarazo y enfermedades transmitidas sexualmente. <input type="checkbox"/> Entiende los riesgos del abuso de drogas y bebidas alcohólicas.
Avanzada – Debe saber 9 de 13:
<input type="checkbox"/> Puede tomar su propia temperatura usando un termómetro oral. <input type="checkbox"/> Puede cuidar de sí mismo durante un resfriado o influenza. <input type="checkbox"/> Reconoce/usa correctamente medicinas "que no requieren receta" para el dolor, malestar estomacal, diarrea, fiebre, resfriado/alergia. <input type="checkbox"/> Puede llamar a un doctor o a un dentista y concertar una cita. <input type="checkbox"/> Puede leer la etiqueta de una prescripción médica y seguir las instrucciones correctamente. <input type="checkbox"/> Puede administrarse medicamentos sin supervisión. <input type="checkbox"/> Sabe cómo deshacerse de medicamentos de una manera segura. <input type="checkbox"/> Sabe cómo usar lo que se incluye en un Botiquín de Primeros Auxilios. <input type="checkbox"/> Sabe cómo obtener una copia del registro personal de inmunizaciones y su expediente médico. <input type="checkbox"/> Conoce los métodos de control de natalidad y cómo obtener dispositivos para dicho control. <input type="checkbox"/> Sabe cómo prevenir la propagación de enfermedades que se transmiten sexualmente. <input type="checkbox"/> Ha elegido a un doctor, dentista o clínica para el cuidado regular de su salud. <input type="checkbox"/> Entiende la importancia de un seguro médico.
Excepcional – Debe saber cuando menos 2:
<input type="checkbox"/> Está consciente de la dieta, ejercicio, buenos hábitos de alimentación y otras medidas preventivas de la salud. <input type="checkbox"/> Puede determinar cuándo acudir a una sala de emergencia y cuándo concertar una cita con el médico de cabecera o con una clínica. <input type="checkbox"/> Ha obtenido un seguro médico.

Categoría E: Gobierno de la casa**Básica – Debe saber 3 de 4:**

- Puede lavar la vajilla adecuadamente usando jabón y agua caliente.
- Puede cambiar un foco.
- Puede tender una cama.
- Sabe cómo deshacerse de la basura.

Intermedia – Debe saber 3 de 5:

- Puede usar la aspiradora apropiadamente y cambiarle la bolsa.
- Puede cambiar la ropa de cama.
- Sabe cómo evitar que se tapen los lavabos y los excusados.
- Sabe cómo barrer el piso y las escaleras, lavar pisos de madera y de linóleo, lavar ventanas, quitarle el polvo y encerar los muebles, limpiar el excusado, limpiar la tina de baño y el lavabo.
- Conoce los productos de limpieza apropiados para usarse en los diferentes trabajos de limpieza.

Avanzada – Debe saber 5 de 7:

- Sabe cómo detener el agua de un excusado.
- Sabe cómo usar un desatascador para desatascar un excusado o un lavabo.
- Puede descongelar el refrigerador, de ser necesario.
- Puede limpiar una estufa.
- Sabe cómo conservar energía eléctrica y agua.
- Lleva a cabo la limpieza rutinaria de la casa para conservar el hogar en un estado razonablemente limpio.
- Usa cajones y armarios apropiadamente para almacenamiento.

Excepcional – Debe saber cuando menos 3:

- Sabe cuáles son las reparaciones que debe llevar a cabo el arrendador.
- Puede hacer reparaciones menores a la casa.
- Puede ponerse en contacto con el arrendador y solicitar reparaciones.
- Puede cambiar un fusible o restablecer un interruptor de circuitos.
- Puede medir una ventana para adaptarle persianas o cortinas.
- Sabe cómo deshacerse y cómo impedir el asentamiento de cucarachas, hormigas, ratones, etc.

Categoría F: Vivienda**Básica – Debe saber 2 de 2:**

- Entiende el concepto de alquiler.
- Sabe cómo llegar a un albergue de emergencia.

Intermedia – Debe saber 3 de 4:

- Puede leer los anuncios clasificados en busca de vacantes.
- Entiende términos básicos (alquiler, subalquilar, servicios públicos, estudio, eficiencia, depósito en garantía, referencia, etc.).
- Puede calcular los costos asociados con los diferentes tipos de vivienda.
- Puede describir las ventajas y desventajas de elegir una persona con quien compartir la vivienda.

Avanzada – Debe saber 6 de 9:

- Puede identificar el tipo de vivienda que está dentro de su presupuesto y que satisface sus necesidades presentes de vivienda.
- Puede calcular los costos de "inicio" (Depósitos para los servicios públicos, cargos de conexión, depósitos en garantía, alquiler del primer mes, compra de muebles y todos los demás artículos del hogar).
- Puede llenar una solicitud de alquiler.
- Puede preguntar al arrendador acerca del apartamento disponible para determinar si este satisface sus necesidades.
- Sabe cómo revisar el apartamento para asegurarse que los aparatos domésticos funcionen y que el arrendador haya proporcionado la información correcta acerca del apartamento y la vecindad.
- Muestra cierta preocupación por los derechos de los demás residentes en lo referente a la propiedad y el ruido.
- Entiende las consecuencias de no respetarse los derechos de los demás residentes.
- Entiende la implicación del depósito en garantía.
- Sabe cuál es el papel de un arrendador.

Excepcional – Debe saber cuando menos 2:

- Demuestra una capacidad para llevarse bien con los demás residentes y con el arrendador.
- Sabe cómo obtener ayuda si hubiere un conflicto con el arrendador.
- Puede conseguir ayuda de emergencia para los servicios públicos.

Categoría G: Transporte**Básica – Debe saber 3 de 6:**

- Puede usar una bicicleta con seguridad.

Categoría G: Transporte (continuación)**Básica – Debe saber 3 de 6: (continuación)**

- Entiende y usa los cinturones de seguridad.
- Está familiarizado con toda forma de transporte público disponible.
- Sabe dónde está la parada de autobús más cercana a su casa.
- Sabe la cantidad de dinero necesaria para el pasaje en autobús.
- Sabe dónde está el poblado más cercano que cuenta con servicio de autobús.

Intermedia – Debe saber 3 de 6:

- Está consciente de las consecuencias de conducir sin licencia y seguro.
- Ha cursado con éxito una clase de Educación de Conductores.
- Sabe cómo llamar a un taxi y proporcionar la información necesaria. Conoce el costo aproximado de tomar un taxi.
- Si se le dan instrucciones, puede hacer el viaje, usando el transporte público, que incluya varios cambios.
- Conoce los requisitos para el reembolso a padres suplentes por el suministro de transporte.
- Puede dar direcciones.

Avanzada – Debe saber 4 de 5:

- Puede hacer los arreglos necesarios para su transporte acostumbrado para el trabajo o la escuela.
- Sabe lo que se requiere para obtener una licencia para conducir.
- Tiene una licencia para conducir.
- Puede arreglar una bicicleta.
- Puede leer un mapa.

Excepcional – Debe saber 2 de 3:

- Sabe cómo efectuar el mantenimiento básico de un automóvil.
- Puede estimar el costo de ser propietario y de operar un automóvil durante un mes/año, incluyendo matrícula/placas y seguro.
- Tiene una licencia para conducir.

Categoría H: Planificación educacional**Básica – Debe saber 2 de 2:**

- Tiene una apreciación realista de sus posibilidades de cursar la escuela secundaria.
- Si su graduación de la escuela secundaria no es realista, entiende qué es un GED y cómo obtener uno.

Intermedia – Debe saber 3 de 4:

- Puede llenar los formularios para inscribirse en un programa educativo.
- Tiene una idea general sobre qué educación se necesita para el empleo que él/ella desea.
- Puede hablar sobre planes educacionales/vocacionales con su maestro/consejero.
- Está consciente de los recursos educacionales disponibles en la comunidad.

Avanzada – Debe saber 4 de 6:

- Sabe cómo obtener trasuntos de su escuela.
- Está consciente de créditos y situación educacional actual.
- Tiene un plan educacional apropiado para el empleo elegido.
- Entiende los requisitos educacionales/de aptitud para el empleo elegido.
- Está consciente del costo de la educación superior/capacitación vocacional.
- Sabe la diferencia entre un préstamo y una subvención.

Excepcional – Debe saber cuando menos 3:

- Investiga entre lo que hay disponible para encontrar los mejores recursos educacionales.
- Sabe dónde encontrar y cómo lograr acceso a la educación para adultos o capacitación vocacional, en la comunidad.
- Sabe cómo obtener asistencia económica/becas para educación adicional.
- Entiende los prospectos futuros y los niveles de vida probables relativos a niveles de educación y habilidades especializadas.
- Puede identificar la conexión entre el trabajo propio del curso y las metas vocacionales.

Categoría I: Aptitudes para buscar empleo**Básica – Debe saber 2 de 2:**

- Tiene una idea razonable del tipo de empleos disponibles para él/ella.
- Sabe cuál es el salario mínimo.

Intermedia – Debe saber 4 de 5:

- Puede llenar un formulario regular de solicitud de trabajo.
- Puede leer los anuncios clasificados y encontrar posibilidades apropiadas de trabajo.
- Puede llevar a cabo un entrevista simulada, proporcionando respuestas apropiadas a preguntas potenciales.
(ver la siguiente página)

Categoría I: Aptitudes para buscar empleo (continuación)**Intermedia – Debe saber 4 de 5 (continuación)**

- Puede concertar citas para una entrevista de empleo.
- Sabe usar el vestuario apropiado para la entrevista.

Avanzada – Debe saber 6 de 8:

- Puede redactar un Currículum Vitae.
- Ya ha llenado la solicitud de empleo/hoja de hechos para llevarla consigo a la entrevista de empleo.
- Sabe cómo prepararse para una entrevista de empleo.
- Puede lidiar con una entrevista completa de empleo.
- Sabe la función de la agencia pública de empleos y puede ponerse en contacto con ésta.
- Sabe la función de agencias particulares de empleos y entiende que éstas cobran una tarifa.
- Puede identificar anuncios colocados por agencias particulares de empleos.
- Puede ponerse en contacto con servicios de empleos temporales.

Excepcional – Debe saber cuando menos 2:

- Tiene un Currículum Vitae.
- Puede dar seguimiento a una entrevista mediante una carta.
- Puede balancear con madurez las ventajas de un empleo sobre otro.
- Entiende el concepto jurídico de discriminación y dónde buscar ayuda si se discrimina en su contra de manera ilícita.

Categoría J: Aptitudes para conservar un empleo**Básica – Debe saber 3 de 4:**

- Se viste apropiadamente para su empleo.
- Llega a su empleo puntualmente.
- Sabe las responsabilidades de su trabajo y cómo efectuar las tareas que se le asignan.
- Sabe que debe comunicarse con su empleador cuando no pueda asistir al trabajo.

Intermedia – Debe saber 3 de 4:

- Sabe como leer un talón de cheque de pago.
- Conoce la manera apropiada de hablar con un supervisor.
- Sabe qué comportamiento hará que una persona sea despedida inmediatamente.
- Sabe cómo pedir ayuda al encontrarse con un problema en su trabajo.

Avanzada – Debe saber 4 de 5:

- Sabe si tiene derecho a días libres por enfermedad, a vacaciones, o días libres a cuenta personal.
- Sabe lo que es un procedimiento para presentar una queja.
- Sabe qué hacer para lograr un aumento de sueldo.
- Sabe dónde y cuándo no hablar con sus compañeros de trabajo.
- Tiene un plan para manejar su ira cuando se enoja con su supervisor, sus compañeros de trabajo, o con los clientes.

Excepcional – Debe saber cuando menos 3:

- Puede en la mayoría de los casos implementar un plan para controlar su ira.
- Sabe como usar el procedimiento de la empresa para presentar una queja, para resolver desacuerdos.
- Conoce las "políticas no escritas" de la empresa y puede funcionar dentro de las mismas.
- Sabe cómo solicitar un aumento de sueldo.
- Sabe qué hacer para calificar y obtener un ascenso.
- Conoce los derechos jurídicos de un empleado.

Categoría K: Aptitudes en emergencias y de seguridad**Básica – Debe saber 4 de 5:**

- Conoce las funciones de la policía, ambulancias y cuerpo de bomberos. Puede comunicarse con cada uno llamando al número apropiado.
- Está entrenado a evacuar la residencia en caso de incendio.
- Sabe la manera apropiada de deshacerse de materiales que generan humo, cuando estos lo generan.
- Sabe cómo poner y quitar cerrojos a las puertas y ventanas.
- Sabe cómo revisar las alarmas detectoras de humo y como reemplazar las baterías.

Intermedia – Debe saber 3 de 5:

- Entiende el concepto básico de prevención de incendios (No fumar en la cama, el uso de estufas de gas como calefactores, uso excesivo de extensiones eléctricas, cordones eléctricos deshilachados, etc.)
- Sabe cómo usar un extintor de incendios.
- Sabe que el uso inapropiado de aparatos eléctricos puede causar incendios.
- Puede reconocer el olor de una fuga de gas. (ver la siguiente página)

Categoría K: Aptitudes en emergencias y de seguridad (continuación)**Intermedia – Debe saber 3 de 5: (continuación)**

- Sabe qué hacer y a quién llamar si él/ella huele una fuga de gas.

Avanzada – Debe saber 2 de 3:

- Conoce los diferentes métodos de extinguir los diferentes tipos de fuegos.
 Sabe cómo almacenar apropiadamente materiales de limpieza.
 Generalmente puede determinar cuándo se necesita asistencia médica profesional.

Excepcional – Debe saber 2 de 2:

* Los jóvenes pueden tener sus tarjetas, mas el terminar las demás áreas es importante. La calificación debe basarse en el área más baja en la cual han completado las aptitudes.

- Ha concluido su capacitación en Primeros Auxilios.
 Ha concluido su capacitación en Resucitación Cardiopulmonar (CPR).

Categoría L: Conocimiento de recursos comunitarios**Básica – Debe saber 4 de 5:**

- Sabe cómo obtener información de emergencia por teléfono.
 Sabe con quién comunicarse si está lesionado o enfermo.
 Sabe dónde está ubicado el supermercado o distrito comercial más cercano.
 Sabe cómo tener acceso a alimentos y albergue de emergencia.
 Sabe cómo obtener acceso a una línea telefónica de crisis.

Intermedia – Debe saber 3 de 5:

- Sabe dónde está ubicada la lavandería automática más cercana.
 Sabe dónde está ubicado su banco personal.
 Puede usar las páginas amarillas para obtener información.
 Conoce la ubicación de la CSO más cercana.
 Conoce la ubicación de la oficina de correos más cercana y cómo usarla.

Avanzada – Debe saber 3 de 5:

- Sabe con quién comunicarse si se desconectan los servicios públicos, o si se interrumpe la calefacción.
 Sabe dónde y cómo registrarse con la junta de reclutamiento.
 Sabe dónde está ubicada la oficina estatal de empleos más cercana.
 Puede obtener una copia de su certificado de nacimiento y un duplicado de su tarjeta de seguro social.
 Tiene conciencia de la existencia de "recursos especializados": orientación de salud mental, asesoría a consumidores, clínicas de Enfermedades Venéreas (VD), oficinas de asistencia a estudiantes, grupos de inquilinos, control de animales, recreación pública, etc.

Excepcional – Debe saber cuando menos 2:

- Sabe quiénes son sus representantes electos y cómo comunicarse con ellos.
 Ha obtenido una tarjeta como miembro de la biblioteca pública.
 Sabe lo que hace la Agencia Reguladora de Comercio (Better Business Bureau) y cómo comunicarse con ésta.

Categoría M: Aptitudes interpersonales**Básica – Debe saber 5 de 5:**

- Puede responder a presentaciones y responder a preguntas sencillas.
 Puede identificar a un amigo o amiga.
 Puede mirar a otra persona a los ojos y estrechar la mano si la otra persona la ofrece.
 Puede llevar una conversación trivial (cara a cara).
 Se comunica con cuando menos una persona semanalmente.

Intermedia – Debe saber 4 de 6:

- Puede hacer presentaciones, incluyendo acercarse a otras personas para presentarse a sí mismo.
 Está consciente de temas pertinentes a límites.
 No representa un peligro para los demás.
 Puede pedir ayuda.
 Puede explicar sus sentimientos.
 Puede identificar relaciones que pudieran ser dañinas o peligrosas.

Avanzada – Debe saber 8 de 13:

- Puede identificar puntos fuertes y necesidades personales (con asistencia, de ser necesario).
 Acepta invitaciones de los demás para participar en actividades sociales.
 Hace arreglos con sus pares para actividades sociales. (ver siguiente página)

Categoría M: Aptitudes interpersonales (continuación)**Avanzada – Debe saber 8 de 13: (continuación)**

- Sabe dónde obtener ayuda si no puede resolver por sí solo sus conflictos interpersonales.
- Tiene cierta aptitud para resolver conflictos con los demás.
- Se abstiene de aplicar la violencia física como medio de resolución de un conflicto interpersonal.
- Ha practicado cómo decir "no" a un par que está intentando persuadirle de que él/ella haga algo malo.
- Puede desarrollar un plan realista con pasos apropiados identificados para lograr objetivos.
- Puede llevar a cabo planes si se le proporciona algo de ayuda.
- Puede describir el "mejor resultado posible" si la meta se logra y el "peor resultado posible" de no lograrse la meta.
- Puede describir las relaciones entre acciones y consecuencias.
- Exhibe buenos modales en la mesa (puede usar apropiadamente el cuchillo, tenedor, cucharas y servilleta).
- Evita relaciones dañinas o peligrosas.

Excepcional – Debe saber cuando menos 3:

- Identifica y expresa apropiadamente su ira u otros sentimientos fuertes, puede resolver sus problemas hablando de ellos.
- Ha demostrado su habilidad de decir "no" a sus pares.
- Puede desarrollar y llevar a cabo un plan personal para lograr sin supervisión sus objetivos.
- Puede anticipar, con una contribución limitada de los demás, qué consecuencias pudieran estar asociadas con diferentes decisiones.
- Sabe cuándo y cómo enviar notas de agradecimiento por escrito.
- Puede dar fin a una relación o decir "adiós" de una manera saludable.

Categoría N: Asuntos jurídicos**Básica – Debe saber 2 de 2:**

- Tiene el número telefónico de alguien a quien llamar en caso de ser arrestado/a o resultar víctima.
- Entiende de manera general qué acciones van en contra de la ley y cuáles son sus consecuencias.

Intermedia – Debe saber 4 de 17:

- Conoce sus derechos personales en caso de ser arrestado/a.
- Sabe cuál es la función de un abogado.
- Sabe cuál es la edad legal para comprar bebidas alcohólicas y productos de tabaco.
- Entiende el significado de "edad legal" en términos jurídicos (lo que uno puede hacer y lo que uno no puede hacer).
- Sabe cómo leer un contrato.
- Entiende el proceso de dependencia.
- Sabe cómo y dónde registrarse para votar.

Avanzada - Debe saber 3 de 4:

- Sabe de la responsabilidad de registrarse ante la junta de reclutamiento militar, si es de sexo masculino.
- Está consciente de la disponibilidad de servicios judiciales gratuitos.
- Entiende las consecuencias de firmar un contrato o un alquiler.
- Conoce la sanción jurídica para todos los siguientes:
 - Compra, posesión, venta y el fumar marihuana y otras drogas
 - Comprar y beber cerveza y bebidas alcohólicas siendo menor de edad
 - Transgresión
 - Ratería de tiendas
 - Escalamiento
 - Posesión de propiedad robada
 - Infracciones a los reglamentos de tránsito

Excepcional – Debe saber cuando menos 2:

- Demostrar ser un buen ciudadano y entender los derechos y responsabilidades como tal.
- Está registrado para votar.
- Sabe a dónde acudir para votar.
- Sabe la diferencia entre "delito grave", "delito menor", e "infracción".

Categoría O: Embarazo, Crianza y cuidado de niños**Básica/Embarazo – Debe saber 6 de 6: (Todos los jóvenes deben llenar esta parte)**

- Conoce los recursos para el control de la natalidad.
- Sabe la ubicación de la oficina para la planificación de la familia.
- Conoce las opciones para el control de natalidad.
- Conoce las opciones para el embarazo. (ver la siguiente página)

Categoría O: Embarazo, Crianza y cuidado de niños (continuación)

Básica/Embarazo – Debe saber 6 de 6: (Todos los jóvenes deben llenar esta parte) (continuación)

- Conoce los peligros que representan las drogas, el alcohol, y el tabaco durante el embarazo.
- Sabe lo que es un cuidado prenatal adecuado.

Intermedio/Crianza y cuidado de niños – Debe saber 10 de 10: (Adolescentes embarazadas o Criando)

- Sabe dónde obtener cuidado prenatal.
- Sabe que no debe dejar sin supervisión al niño(a).
- Puede proveer supervisión adecuada para el niño(a).
- Se siente cómoda al estar sola con su niño(a).
- Sabe cómo bañar al niño(a) y cambiarle pañales.
- Sabe cómo obtener acceso a recursos comunitarios (WIC, PHN).
- Sabe como hacer que el niño participe en juegos apropiados (lectura, canto, dibujo, construcción de cosas, etc.).
- Sabe las opciones disponibles para cuidado regular de niños.
- Elige a las personas apropiadas para cuidar al niño(a) periódicamente.
- Sabe a dónde acudir para obtener asistencia si el niño(a) está enfermo.

Avanzada – Debe saber 5 de 6: (Embarazada o Criando)

- Puede elegir los juguetes que son apropiados para la edad del niño(a) y para el nivel de su desarrollo.
- Puede disciplinar sin usar medidas extremas (golpear, gritar, privar de alimentos o cuidados necesarios).
- Puede coordinar para cuidado regular de niños.
- Lleva al niño(a) a tiempo a donde recibe cuidados. Recoge al niño(a) a tiempo de donde recibe cuidados.
- Diariamente pasa tiempo "de calidad" con el niño(a) (hablando, jugando juntos, escuchando al niño(a), etc.).
- Sabe a dónde acudir en busca de ayuda con sus actividades de criar a un niño.

Excepcional

- Sabe qué comportamientos son apropiados para la edad del niño(a) y su nivel de desarrollo.
- Conoce los costos y los beneficios de cada arreglo de cuidado de niños disponible.